



左記のアイコンがある記事はシティライフWEBより関連動画をご覧頂けます!



来たれ!韋駄天 清水寺 坂登り 福男選手権

1月19日(日)、いすみ市岬町鴨根の清水寺で、第1回坂登り福男選手権が開催された。晴天に恵まれ、大勢のランナーが県内外から集まり、小学生の部・中学生と女性の部・高校生の部・一般の部の4部門に分かれて、総勢299名が福男を目指して坂を駆け上がった。1位~3位の福男には清水寺のお札、加えて10位までの入賞者全員に、いすみ市の特産物の米やイチゴ、魚の干物が贈られた。



レースでは、この2人がスタート直後から抜け出して、トップ争いをした。3位は女性の鶴岡美佑さんが獲得した。

中学生と女性の部は33名の参加で、中学生9名、女性24名。一番福は岬中学校3年の中村貴浩さん。陸上部での800m、1500m走の経験が生きた。中盤まで3位につけていたが、後半1位に躍り出てそのままゴールした。今年の抱負を尋ねると、「受験生なので、高校受験に全力を尽くしたいです」と語った。

高校生の部では、1位の茂原高校3年の堤哲也さんも陸上部出身。ランナー58名が集まるスタート地点では4列目からのスタートで、コース前半まではかたまりになって走っていたが、後半のコースが広がる所で一気に先頭へ出て一番福を手にした。高校卒業後は専門学校で学び、消防士を目指す。

一般の部の参加者は107名。1位の中村龍斗さんは、夷隅郡市広域市町村圏事務組合消防本部大多喜分署に勤務2年目の21才。学生時代は野球部に所属していた。勝因を尋ねると、「日々の訓練です」ときっぱりと一言。そして「救急隊を目指しています」と、今年の抱負を語ってくれた。

無事に1日を終えて、実行委員長の松本さんは「大成功で感無量です。福男選手権をいすみ市の一大行事にしていきたいと思っています。来年に向けて準備をしっかりとし、さらに多くの人に来ていただきたいです」と肩をなでおろし、来年に向けての期待を口にした。足が自慢の方、興味のある方々、来年は福男を目指してみたい方がたろう。

(石井)

同級生が集まり企画

坂東32番札所、音羽山清水寺を舞台に福男選手権が企画されたのは、昨年11月のこと。昭和45年生まれの岬中学校卒業の同級生が集まり、地元いすみ市を盛り上げたいと10年ほどあためていたアイデアを基に、実行委員会が結成された。清水寺副住職の井上周海さん、実行委員長の松本勝一さんらとその家族、8名の実行委員が話し合いを重ね、チラシやポスターを作り、SNSでも参加者を募った。当日は同級生や知人を中心に、数十名のボランティアスタッフが受付や誘導などで行事の運営を支えた。

初代福男が決定!

スタートの位置を決めるため、それぞれのレースでくじ引きが行われた。瞬間力だけでなく持久力があるという坂登りなので、くじ運だけでレースがおおかた決まってしまうコースではないものの、引いた番号に悲喜こももとの声が上がった。見学者も応援する場所が思案のしどころ。全員が揃うスタート地点がいいのか、坂の途中の白熱したレースを観るか、一番福がゴールする瞬間を目にするのか、みな思い思いの場所に陣取った。

大きな事故もなくレースは次々と行われ、初代の福男が決まっていた。小学生の部の走者は101名。1位は、いすみ市立東海小学校6年の武田劉星さん。2位はソフトボール「オールいすみ」の柴田元気さん。

コースは、駐車場脇から境内へ続く坂道を上がり、仁王門を抜けた先がゴールとなる約200m。途中2カ所所、左側へ大きくカーブする。地元の少年ソフトボール3チームの合同チーム「オールいすみ」は、毎年の初練習にランニングで清水寺に初詣するため、子どもたちには馴染みの坂だという。旭市からの参加でコースを始めて試走したランナーは、「坂道は覚悟していましたが、思った以上に傾斜がありました。スピードが引き行われた。瞬間力だけでなく持久力があるという坂登りなので、くじ運だけでレースがおおかた決まってしまうコースではないものの、引いた番号に悲喜こももとの声が上がった。見学者も応援する場所が思案のしどころ。全員が揃うスタート地点がいいのか、坂の途中の白熱したレースを観るか、一番福がゴールする瞬間を目にするのか、みな思い思いの場所に陣取った。



一般の部：一番福ゴール!

益々皆様のお役に立てよう頑張ります!
金・プラチナ・ブランド品・時計・金券etc.
安心で正確、迅速な査定

質と買取 Youライフ

(株)ユー・ライフ
市原市東五所8-1
東五所交差点そば
定休日/毎週水曜日
第2木曜日

0436-43-9824

便利屋 年中無休 見積無料

門・庭・駐車場・ガーデニング・フェンス工事など
直接施工で安心の低価格

★ブロック工事 ★大工工事(フローリング等)
★引越しのお手伝い ★屋根瓦の交換
★草刈り ★倒木・抜根 ★アミド修理
★不用品・粗大ゴミ等の処理 ★家具の移動
★塗装一般 ★倉庫解体処分 ★ハチの巣駆除
★エアコン取り付け・取り外し ★雨どい修理
★エアコンクリーニング ★その他応相談

有限会社 ヨミコン

市原市島野478-9
0120-188980
TEL.0436-25-6613 FAX.0436-24-2318

やさしさあふれる高級霊苑

市原市民は特典あり

・永代使用料
・高級墓石
・工事費・彫刻代込み

85万円より (税込)
(年間管理料13,200円)

ご来苑おまちしております

桜の郷 市原能満聖地霊苑

市原市能満1557-5
0436-43-9000
定休日 毎週木曜日 営業時間9:00~17:00

25 前歯と奥歯

皆さんにとって大事な歯は前歯でしょうか。奥歯でしょうか。どちらも大切ですが、どちらかというと前歯を磨く方が多いのではないのでしょうか。

前歯は人からよく見えるし、奥歯はそれほど見えませんが前歯を重視するのにも当然です。しかし、奥歯でよく噛めないと前歯で噛もうとします。これは前歯の本来の噛み切る仕事量をばるかに超えることになり、負担が大きくなります。

ですから奥歯がぐらぐらして噛めない状態であれば、早くしっかりと入れ歯の治療を受けるべきなのです。もちろん骨があればインプラント治療も有効です。

★新患の方でもご利用できます。ネットから変更できます。

ネット予約

五井の小宮歯科診療室
院長 木村 守宏

診療時間 月・火・水・金・土 9:00~18:00
※12:00~14:00…休診

0436-21-1265

募集中! 歯科衛生士

VONDS市原ダービー!

2/24(月・祝)、千葉県サッカー選手権大会 千葉県予選 (天皇杯予選)にて、TOPチームであるVONDS市原FC vs VONDS市原VertのVONDS市原ダービーが実現!!
公式戦ではクラブ史上初! ぜひ、スタジアムで応援をよろしくお願いします!!

2.24(月・祝) 11:00KickOff
千葉県サッカー選手権大会 千葉県予選 (天皇杯予選)
会場: セットエーオリブスタジアム(旧市原臨海競技場) 入場無料

VONDS市原FC vs VONDS市原Vert

VONDS(ボンズ)市原 事務局
千葉県市原市喜多890-1
0436-75-2015 E-mail jimukyoku@vonds.net

VONDS市原の最新情報はVONDS市原オフィシャルホームページへ!!
http://vonds.net VONDS市原 GO

今年は何に挑戦する？

大の運動である。心身の動きを見ながら、随分と（すね）を狙うなど、なぎなたで家を守ろうとしたんですね。しかし現在、千葉大や武道大などのなぎなた部には男子も所属しており、底辺の拡大が望まれます」と紹介した。また、市内在住で会員の鹿嶋潤代さんは今年の市原市スポーツ表彰を受賞。140代で始めたんですが、仕事や家事と両立しながらマイ

心の動きを見ながら随分と（すね）を狙うなど、なぎなたで家を守ろうとしたんですね。しかし現在、千葉大や武道大などのなぎなた部には男子も所属しており、底辺の拡大が望まれます」と紹介した。また、市内在住で会員の鹿嶋潤代さんは今年の市原市スポーツ表彰を受賞。140代で始めたんですが、仕事や家事と両立しながらマイ

つくだ、子どもと大人が正面から戦える面白い競技ですよ」と話し、会員のなぎなた捌きに注目していた。

同3教室は、ゼットエー武道場と市原中学校、千種コミュニティセンターで活動中（八幡公民館は廃止）。年会費3千円、月会費500円だが初めの3カ月は無料（学生は半額）。防具やなぎなたも貸出利用可能。詳細は問合せを。

（松丸）

鯛池合さん
☎080・5649・1709

が平成22年から開設を進めてきた移動交番。専用の移動交番車に警察官2名と移動交番相談員1名が配備され、うちひとりには女性です。各種届け出を受けたり、周辺の警戒やパトロール、時には防犯講話なども行います。

移動交番は平日の午前と午後、市内公民館などの公共施設、アリオやユニモなどの大型店、総合病院ほかを1日2カ所巡回し、開設。時間は基本、各1時間から1時間半。不審者などの防犯につな

◇電話d e詐欺、被害続出中！ アポ電に注意！

今年1月初旬から市販市内全域に、警察官や銀行員等を騙る電話d e詐欺の前兆電話が多数かかってきています。アポ電の中には、「市原警察署生活安全課●●です」と氏名を名乗り、あたかも被害が真実であるかの如く言葉巧みに騙してきます。

今後、同様の電話や現金、キャッシュカードを取りに行く等といった不審電話がかかってくるかもしれません。もし、

	侵入室	自動車室	オートバイ室	自転車室	庫上おら
令和元年12月	225	24	34	294	87
前年比	-87	-23	±0	-30	-76

開催した初稽古に集った会員11名は、2時間かけて全日本なぎなたの形や仕掛け応じ技、防具をつけての打ち返しや掛り稽古に熱中した。副会長の高澤西子さんは、「現在の会員数

なぎなたの魅力は、礼儀作法はもちろん我慢強さも身に付くという。会長の常澄忠男さんは、「かつて奥方の護身術、たしなみとして女性によって始められました。人間最

令が響く。一斉に動くなぎなたは見事で、集中し空気がすがすがしい。常澄さんは、「短期間で上達するものではないので、ぜひ子どもの頃に始めて欲しいです。相手の視線と

平成4年に『市原市なぎなた連盟』となった同団体には、『市原なぎなた同好会』、『八幡なぎなた錬誠会』、『なぎなた極め会』の3つの教室が存在して地域ごとに練習を行っているが、会員であれば場所と曜日を問わず活動に参加が可能である。

A photograph showing two individuals in traditional Japanese armor (bushido) practicing with long wooden staffs (jo) in a dojo. They are facing each other in a ready stance. The background is a simple wooden wall.



STOP! 犯罪

◇地域の防犯に、移動交番の活用を

安心な地域づくりの防犯（担当：市原警察署地域課）

完成品



●輪針で編む帽子
2/17(火) 18時~20時、21時

まるは手芸


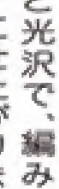
原巳
● 支所

ウエルシア ● デニーズ

(例)10:00~18:30 休第1・2・3水
市原市原巳台西2-6-1
☎0436-74-0746

(日・祝も可)をご希望の方はご相談ください。材料のみの購入も可(編み図サービス)。

(金)22(土)各日10～12時
 ・材料費1650円(2玉
 税込)。作り目用棒針4
 号、輪針4号40センチ、と
 ジ針持参。
 ・実施日の前日までに要
 予約。受講は1日から、
 できあがるまで何回でも
 OK。右記以外の日程

手芸 
アクリル
講習会
 185
 編み帽子
 入糸で、単色とプリント系を使用。従来のアクリル糸とは思えない肌触りと光沢で、編み地もキレイに仕上がります。

 編みかけと色見本

春に向け**素敵**なお住替 **全力**で応援!!

[illegible]

◆所在地／第一種低層住居専用地域(※50%※100%) ◆所在地／市原市山田町(※特住)
◆所在地／第一種低層住居専用地域(※50%※100%) ◆所在地／市原市西田(※特住)
◆所在地／市原市八幡北町(※特住) ◆所在地／第一種低層住居専用地域(※50%※100%) ◆所在地／市原市船場1丁目(※特住)
◆所在地／市原市平岡(※特住)

笑顔と真心のサービス!! 女性スタッフの店

市原田園ホーム(有)

インターネットで住まい探し <http://www.denen-h.co.jp>

定地建物取引業協会会員 千葉県知事免許 (11)第5927号
(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟店



市役所前支店

☎21-3421(代)

市原市国分寺台中央1-7-4

当社案内図



行 告 白

有 料

1行24文字 2,400円(税別)

※掲載情報をご利用の際は、売買契約等、当事者間でよくお話し合いの上ご契約ください。取引について当社では一切責任を負えません

申し込み方法

- ◆発行日の2週間前までにご連絡ください。
- ◆専用申込書をFAXまたは郵送でお送りします。
- ◆申込書に住所・氏名・TEL・広告文面など所定の内容を記入後、ご返送ください。

コミュニティひろば

無 料

※掲載情報をご利用の際は、内容を当事者間でよくお話し合いの上ご利用ください。当社では一切責任を負えません

申し込み方法

- ※個人情報や呼びかけなどにご利用ください。
- ※掲載のお申込みはシティライフHPなどで。
<https://www.cl-shop.com/customer/>
またはFAXか郵送、メールで 0436-21-9142
メール kiji@cl-shop.com

サークル

- 歌声サロン・カナリヤ 第2・4(木) 9時半～12時 市津公民館 健康維持・アップのため、脳トレ・筋トレ&コーラスを楽しんでいます 月会費:2,000円 見学歓迎 伊藤 090-9007-5637
- 還暦軟式野球・市原クラブ銀杏 (火) 9～12時 三和運動広場 昨年の県大会で我がランド古希チーム(75歳以上)が準優勝 還暦チーム(60歳以上)、古希チーム(70歳以上)も上位を目指して練習中 野球が大好きな方歓迎 年会費:2万円 中田 080-1096-1269
- 茂原市シニアアンサンブル 立ち上げ協力者募集 活動は月午前から午後を予定 茂原市公共施設にて中高年の音楽好きがマイ楽器をもって集まり、経験豊かな指導者のもと合奏を楽しむ楽団 楽器編成は弦、管、打、鍵盤など、五線譜を使う楽器ならなんでもOK 演奏曲も童謡、クラシック、タンゴ、ラテン、映画音楽、演

追って掲載料金等を記載した受注書を発行します。
◆掲載料は前払いなので、受注書を確認されたらお振込下さい。掲載紙面は1部ご郵送します。

買 い ま す

- ヤマハピアノ/高価 コンドー楽器 0120-137-512
- ピアノ 漆田 024-0833
- 金プラチナ商品券 相場・額面の90～98%で てんとう虫 0475-72-9400 大綱店 水曜定休 0476-36-4388 富里店 043-310-5825 都賀店

営 業 案 内

- ネズミ駆除 超プロが1回で完全駆除 被害はイエダニの発生 病原菌をまきちらす ★一戸建・アパート

歌など様々 千葉県下には既に主要な市に13楽団あり、新たに茂原市にシニアアンサンブルを立ち上げるようになりました 立ち上げに協力して下さる方を求めています 発足時期は2020年5月頃 面白そう、やってみたいと思われる方、是非気軽にご連絡ください 茂原市民以外の方でも歓迎！ 松永 090-9146-0504

イ ベ ン ト

- 山野貝塚講演会「周辺地域の遺跡から山野貝塚の特徴を探る」 2/22(土) 10時半～16時 袖ヶ浦市民会館 入場無料 講演「南房総地域の遺跡と縄文時代の儀礼について」千葉大学大学院人文科学研究院准教授・阿部昭典ほか、神奈川県横浜市の称名寺(しょうみょうじ)貝塚、茨城県美浦村の陸(おか)平(だいら)貝塚などについての講演、袖ヶ浦市の山野(さんや)貝塚の特徴や活用事例など 貝輪づくりもあり 焼き貝・ジビエ料理・菓子・書籍などの販売も 申込不要 生涯学習課 0438-62-3744
- シンボジウム「自然災害にどう備えるか」 2/22(土)14時開演 市原市五井会館 参加無料、予約不要 これからも起こる災害に対し、どう備えるか 出演予定:衆議院議員・岡島一正、千葉県議会議員・菊岡たづ子、千葉市議会議員・かばさ西洋平、市原市議会議員・菊地洋巳、館山市議会議員・石井敏宏 ちば3区結の会市民連合 090-9234-0326

★安全性・超低臭性でゴキブリにも効果抜群★
坪7,000円を 42%OFF
シロアリ駆除
専門の 坪4,000円 調査見積 一切無料
5ヶ年保証 ※家の白蟻被害は 耐震性を損なう!!
◆任せて安心、創業50年、業界No.1の安さと技術でござ!!
田辺消毒防除センター 0436-25-2801

ガス機器販売・取付工事・ガス工事・事務スタッフ

当社は創業93年、安心・安全をモットーに地域密着で営業しています。責任感と意欲のある方、40代の方も大歓迎です!

資格 要普通免許、PC出来る方、経験者優遇
給与 正社員/月給20～25万円 パート/時給950円～
時間 9:00～17:30
休日 日曜、祝日、交代勤務(月1～2日位)、GW、夏季、年末年始
待遇 社会保険完備、交通費規定内支給、制服貸与、賞与年2回、退職金制度、研修期間3ヵ月有り

勤務地 市原市姉崎、市原市不入斗(工事)
応募 電話連絡にて面接日時を決めるので、履歴書(写真貼付)を持参の上来社ください。

小倉工業株式会社 大多喜ガス姉崎サービスショップ
〒299-0111 市原市姉崎3116-10 TEL.0120-62-2975

お得な求人専用枠
詳しくはお問い合わせください
8,000円 (税別) 市原版
からご利用になれます。

パートスタッフ急募!!
本のピッキング・梱包・発送作業
資格 未経験者大歓迎!主婦の方、大活躍中!
給与 時給925円～※扶養内勤務OK!
時間 9:00～16:00(休憩1H)
勤務 週3日勤務～OK!土日祝はお休み
待遇 雇用保険有(規定有)、車通勤可能
応募 必ずはお気軽にお電話ください。
株式会社ヒューマンスタッフ 市原センター
市原市五井4020 0436-26-6262

「禁じられた恋」をはじめ「涙そうそう」「さよならびどろ」など、数々のヒット曲を生み出した森山良子さんが3月5日(木)午後4時開演)市原市市民会館で「森山良子コンサートツアー2020」を開催します。心に響く優しい歌声とユーモアあふれるトークが魅力。こちらのコンサートをショップのコンサートをショップのコンサート(地域新聞社グループ)が3組6名様にプレゼント(※未就学児入場不可)。

応募は、はがきに①郵便番号・住所の氏名(ふりがな)③電話番号を記載して、〒192-0008 東京都八王子市旭町12の7 KDX八王子ビル4階(株)ショップ・社「森山良子コンサート」シティライフセント(※未就学児入場不可)へ。2月21日(金)必着。

・同公演のチケットは、ショップ・チケットサービスで販売中です。受付

は平日10時～17時。0570-007677

・WEB「ショップ」は24時間受付。
<https://shop.jp/c>

↑応募はコチラからも!

- に限定 任せて安心 創業50年の信用 調査見積無料 田辺消毒防除センター 0436-25-2801
- 家電品・電気のお困りごと 販売・修理・電気工事・空調工事 お気軽にご相談ください (日)祝休 君塚 岡安電気商会 0436-22-1659
- シロアリ防除 シロアリは駆除から『予防』の時代です まずはお電話で ダスキン姉崎 023-0341

お 知 ら せ

- きみぶん上映会 YESTERDAY: 2/26(木)、9時半・12時15分・14時45分・17時15分・19時40分、売れないミュージシャンに起きた奇跡・ある日目覚めると「ビートルズ」が存在しない世界になっていた!、字幕スーパー版 最高の人生の見つけ方: 2/27(木)、10時半・13時半・16時半・19時半、余命宣告された主婦と

- 上総国分寺骨董市・フリーマーケット 2/23(日) 9～14時 雨天中止 上総国分寺境内 毎月第4回開催 予定 事務局 090-3047-8216
- 辰巳写真会写真展 2/23(日)～3/20(金) 辰巳公民館 心に残る感動の写真を展示 スマホ・携帯・コンデジで撮った写真も展示 毎月第4(土)に入替 入会歓迎 0436-74-2256
- Virtuoso 吹奏楽定期演奏会 2/24(木) 13時半開演 市原市市民会館 入場無料 事前申込不要 ベールギョント第1組曲、吹奏楽のための犬夜叉、他にもアンサンブルなど 皆さん楽しんでいただける曲を吹奏楽で演奏 小倉 090-6489-3742
- 文化財講演会 2/29(日) 12時50分～16時 千葉県立中央博物館 「関宿城主栗田氏と中世利根川水運」「明治初期の郵便局と短銃」資料代300円 当日先着150名 申込不要 043-255-0673
- 市原市楽友協会オーケストラ・コンサート 3/1(日) 11時と14時の2回公演 夢ホール(更級・TTECビル) 曲目: アンダーソン「舞踏会の美女」ほか 指揮者体験コーナーもあり 入場無料 浜中 0436-66-2857
- 邦楽のつどい 3/1(日)14時開演 サンブラザ市原 無料 小唄、端唄、新内小唄、民謡など 唄と三味線の発表会 主催: 寿美(としみ)会 小谷 0436-36-0857
- 市原笑いヨガクラブ・無料体験会 3/1・8・18

女社長・死ぬまでにやりたい事リストを実現する旅に出る! 吉永小百合・天海祐希出演 とともに君津市民文化ホール 当日券のみ: 一般1,200円・60歳以上1,000円・高校生以下900円 0439-55-3300

●青葉能 2/22(土)14時開演 青葉の森公園芸術文化ホール 全席指定: S 7,000円・S 6,000円・A 5,000円・B 4,000円・18歳以下全席2,000円引 不朽の名作『隅田川』、『珍しきが花』の魂を受け継ぐ九世当主・親世鏡の丞を迎えた早春の青葉能 解説・谷本健吾 観世流・仕舞「遊行柳 ксе」「氷室」和泉流・狂言「佐渡狐」観世流・能「隅田川」狂女 同日前セミナー 開講: 11～12時・「川を渡る狂女・母・川の向こうには」第39回青葉能チケット持参で無料、その他の方は1,000円 043-266-3511

- 各9時半～11時半 八幡公民館 飲物・汗拭きタオル持参 要申込 定例会も同時開催 健康の源・笑いで免疫力UP、健康づくりに 岩本 080-5084-5446
- シニア劇団PPK48公演 俳優・三波豊和の書下ろし作品3本上演 3/13(金) 11時半と14時半の2回公演 千葉市文化センター 千葉市民芸術祭参加 入場料: 2,000円 近隣市民が参加、千葉市を拠点に活動する劇団 チケット予約はHPで 070-3839-8893
- ノルディックウォーキング教室 3/21(土) 13時半～15時 ゼットエー武道場 参加費: 500円(ボールレンタル代別途200円) ボールを使用して歩く為、初心者でも高齢者でも無理なく歩く事ができる 要申込 電話かFAX、または直接窓口で、前日まで 先着20名 市原市体育協会 0436-42-7712
- おもしろ実験室 3/22(日) 13～15時半 市原市教育センター 参加無料 要申込 3/2必着 メールにて、氏名、住所、学年、学校名を明記 問合せもメールにて rika-iyk@ninus.ocn.ne.jp
- 元気なココロの作り方・公開講演会「積極的受とという生き方 なぜ小説『あん』は世界に受け入れられたのか」 3/28(土) 13時半～15時半 山武市役所大会議室 無料 講師: ドリアン助川(明治学院大学教授、日本ペンクラブ常務理事) 海外14言語に翻訳され、数々の文学賞を受賞、樹木希林主演で映画化された作品 先着120名 要申込・2/17～受付 主催: 千葉いのちの電話 (月)～(金)・9～17時 043-222-4416

子育てが 終わってからでも遅くない

実は私、五十四歳の大学一年生なんです。昨年四月に某大学でも心理学部通信教育課程に入学しました。幼稚園教諭一種免許取得を目指して、日々仕事の合間に大学の勉強をしています。

四人の我が子の子育て中は、自分の時間も取れず、ずっとこの状態が続くような気がしていました。そんな時、お世話になっていた先生に、「子どもはいずれ巣立っていくもの。親は子どもだけを生きがいにしてはいけない。そのための準備は、若いころからしておくことが必要だよ」と教わりました。子どもを生きがいにやっていたら、いつか子どもが巣立っていくことになる時間が必要なんです。その時に、自分のやりたいことを見つけておくこと。仕事でも趣味でもなんでもいいそうです。自分が本当にやりたかったことを生きがいにしたらいいですね。子育てが終わったら夫婦、または、自分だけになる時間が必ずやってくる。その時に、自分のやりたいことを見つけておくこと。仕事でも趣味でもなんでもいいそうです。自分が本当にやりたかったことを生きがいにしたらいいですね。子育てが終わったら夫婦、または、自分だけになる時間が必要なんです。その時に、自分のやりたいことを見つけておくこと。

中嶋 悦子(ながしま えつこ)
1965年生。宮崎県出身。二男二女の母。大綱白里市在住。エンカレッジ・ステーション副代表取締役社長。NPO法人民間児童館おおきながぶ理事長。社会福祉法人ありんこ会理事長。ありんこ親子保育園園長。保育士。エッセイスト。0475-53-3509

迷わないためにも必要なことです。今、子育て中でやりたいことができないと思っている人は、子育てが終わってからでも遅くないですよ。自分の将来の目標は、自分で決めたいと思います。今からできることをやっておきましょう。

TOHO CINEMAS アリオ市原2F シネマ情報

TOHOシネマズ市原

2/21(金)公開 「スマホを落としただけでなに 四つねの殺人鬼」

2/28(金)公開 「野性の呼び声」

3/6(金)公開 「Fukushima50」

映画鑑賞料金

- 一般 1,900円
- シニア 60歳以上の方は1,200円
- ファーストデイ 毎月1日は1,200円
- レディースデイ 毎週水曜日は女性1,200円
- TOHOシネマズデイ 1,200円
- 夫婦50割引 50歳以上の夫婦で同一日時・作品をご鑑賞の場合、2人で2,400円

6回観たら1回無料! 「シネマイレージ」入会受付中!

6回観ると1回無料! マイルを貯めてポップコーンやドリンクと交換! 毎週火曜日はカードご提示で1,400円! お得な特典盛りだくさんのシネマイレージカード、入会を是非ご検討ください。

●毎月9日はPOP&Coke Day 毎月9日はポップコーンセットが、通常680円のところ、なんと500円! 映画のお供にいかがでしょうか?

TOHOシネマズアプリから応募ができる!! 3月13日(金)公開の 「2分の1の魔法」試写会にペアご招待!

TOHOシネマズ 試写会にペアご招待! 応募受付 2月19日(水)

※詳しい実施劇場等については応募ページにてご確認ください。アプリのダウンロード

印象に残る
切り抜き名刺

cutmeishi.com
レーザーカット名刺ドットコム

名刺
30枚
2,500円
より

https://cutmeishi.com

買い物や飲食は地元のお店を利用しましょう

2020年2月15日(土)市原版 4

地域情報紙

シティライフ

市原版

配布地域/市原市・袖ケ浦市【75,000部】
https://www.cl-shop.com

地域で守ろう子どもの安全

■広告のお問い合わせ…sales@cl-shop.com
■記事・情報は…kiji@cl-shop.com

企画・制作/シティライフ編集室 〒290-0056 市原市五井4874-1
TEL.0436(21)9311 FAX.0436(21)9142

靴のお悩み ご相談ください

- 冷え改善
- 筋肉を鍛える
- 血行促進
- 関節にやさしい



千城台南中学校通門前のクリーニング店から2軒目、住宅街の中
※モノ/ルールでお越しの方は、降りて右へお進みください。(迷ったらお電話ください)

靴のファミリー ☎ 043-237-0271

千葉市若葉区千城台南1-3-10 (営)10:00~19:00 定休日:日曜日
http://kutsu-family.com/

靴のファミリー スマホ対応 クレジットカードもご利用できます。



ストレッチウォーカー 春の新作入荷!!

楽しい
ウォーキングで
健康生活を!



「自分の足のサイズに合う靴に出会ったことがない」「足の幅が広い」「外反母趾や足の裏のタコや魚の目が出てくる」「痛みを我慢しながらパンプスを履いている」などの悩みを多く聞きます。足のトラブルや痛みは「命には別条がない」「病気でではない」と放置してしまっている方が多いですが、放置していると、体の様々な部分に負担をかけ、首や肩こり、頭痛やめまい、巻き爪や自立神経の不調などを引き起こす原因となります。

あなたも、ぜひこの機会に足のトラブルや悩みをフットに相談し、本当に自分に合う靴と巡り逢ってみてはいかがでしょう。(3月末まで「シティライフを見た」で2000円割引中。※パンプスは除く)

シンデレラパンプス

足計測→カウンセリング
→フィッティング→靴選び

足長20.5cm~27cm・足幅D/E/3E/4E
56サイズから選べます

こんな方にお勧めです

- パンプスは痛いものと思い込んでいる方
- 足が小さい、大きい。足に合うものが見つからない
- お気に入りのカラーでオーダーをしたい。詳しくはホームページへ。



足と靴と健康のお悩み相談会

●ストレッチウォーカーお試し履き会

日時/3月3日(火) 10:00~12:00 飛込み可

※当日は靴の販売はいたしません。

「くつの話」10:00~10:45

「個別相談」10:45~12:00

場所/市原市勤労会館 Youホール 会議室3

- いまでも多く悩まれている相談...
- ✓ ひざ、腰に楽な靴が欲しい
 - ✓ 姿勢を改善(猫背も含む)
 - ✓ ウオノメ・タコ・外反母趾



資格
シューフィッター
生活習慣病予防指導士
健康増進士と認定指導員



松竹大歌舞伎

令和2年 5月24日
市原市市民会館大ホール
開場/13:15 開演/14:00

料金 全席指定 1,000円 (税込) 入場制限 未就学児入場不可 予約枚数制限 一人様6枚まで



チケット一般発売 令和2年2月15日(土)10:00~ ※各、販売予定枚数を越えた時点で予約受付終了となります。

- 市原市市民会館チケットセンター 2/15(土)初日特価 ☎0436-20-9977 ※会場初日は電話予約のみ
- 2/16(日)以降 ☎0570-043-043
- チケットぴあ ☎0570-02-9999(コード499-903)
- ローソンチケット ☎0570-084-003(2/29(土)まで(コード32060))
- e+ (イープラス) ☎0570-000-407(4/4(水)まで) ☎0570-000-1500
- チケットWeb販売 http://www1.ticket-web-shochiku.com/
- ちほらコミュニティセンター ☎0436-50-2312
- 期間コミュニティ保健福祉センター ☎0436-42-3424
- 藤田商店(時崎駅前店) ☎0436-61-0069
- 深山文具店(牛久保店) ☎0436-92-1801
- 藤田商店(市原駅前店) ☎0436-66-0083

市原市市民会館チケットセンター TEL.0570-043-043(9:00~17:00)

2月14日(土)オープン17周年を迎えた姉崎平成通り沿いの美容室。広くて明るい店内で女性オーナーがイリストがカウンセリングから仕上げまでを担当。定評あるカットはもちろん、イチョシメニューはカットだけでなく、縮毛矯正した毛先にカラーをつけて、やわらかいスタイルに仕上げるストレートカールも人気。天然由来の植物カラー「オーガニックカラー」もオススメ!

尚、3月29日(日)まで縮毛矯正とストレートカールを除く全メニューが500円OFFになる17周年キャンペーンを実施中!ぜひこの機会にお試しを。

美容室fine(ファイン)

〔住所〕市原市姉崎2220-8

〔営業〕9:00~18:00 [定休]月・火

★当日予約もOK! 成人式承り中

★早朝のヘアメイク・着付も承ります

★男性もOK!

☎0436-61-6717

- 縮毛矯正 ¥11,000 (シャンプー・カット・ブロー込み) ※ロングの方ご相談を
- ストレートカール ¥13,000 (シャンプー・カット・ブロー込み) ※ロングの方ご相談を
- Cut ¥4,300 (シャンプー・ブロー・マッシャー込み)
- Perm ¥8,700~ (シャンプー・カット・ブロー込み)
- Color ¥6,600~



リーズナブルな縮毛矯正が人気の静かで落ち着ける美容室

地域の魅力を発掘 いちはら市民特派員を募集中

市原市では「いちはら市民特派員」を9人程度募集中です。市内の話題や魅力的な風景などを取材し、取材記事を市に提出。提出された記事は、広報いちはら、いちはら市民特派員フェイスブック、市ウェブサイトなどで紹介します。また、月に1回程度市が主催するミーティングに参加していただきます。

- 活動期間 令和2年4月1日~令和3年3月31日まで
- 謝礼 月3,000円(記事を提出した月に限る)
- 応募資格 市内に在住・在勤・在学の18歳以上の方
- 応募期間 令和2年2月29日(土)まで
- 応募 右記QRコード又は市ウェブサイトの応募フォームよりお申し込みください。※3月中旬に面接を行い決定します
- 申込・問合先 市原市役所 シティプロモーション推進課 電話: 0436-23-9821 eメール: citypromotion@city.ichihara.lg.jp



市ウェブサイト応募ページ

シティライフ・ライター募集!

- 在宅ライター(出社の必要はありません)
- 経験者優遇、未経験者OK(ただし、取材・文章力の基礎は必要です)
- PCとデジカメがあり(FAXもあればなお良いです)、自家用車で取材に行ける方
- 取材する柄やジャンルは選べません。こちらから依頼いたします。
- 市原市、長生・いすみ・山武地域のエリアで、関心のある方
- 出来高制 面接時に委細面談

まずは履歴書(写真貼付)と自己PR文(約400字)を下記住所まで送ってください。折り返し、こちらから連絡を致します。

シティライフ株式会社 〒290-0056 市原市五井4874-1
TEL.0436-21-9311 https://www.cl-shop.com シティライフ・ライター募集係まで



補聴器 専門店

すべてに
技術
知識・安心感

横からも後ろからも
会話をしっかり
キャッチ

騒がしい場所でも
聞き取りラクラク

屋外で
風が吹いても
大丈夫!



新機種
360度方向の集音
疲れやすさを
軽減 20%
会話の覚え
やすさを向上 20%
会話の
理解の向上 30%
お試し予約受付中!!
(使用経験者に限り)

相談試聴会開催中!!

補聴器各種 5%~26%引にて販売

お電話でのご予約
承ります

見えにくさを
追求される方に
最適です。

特別商品もご紹介します。

- 耳掛型 耳の後ろにかけて使う多機能タイプ(片耳) 特別価格 ¥50,000より
- 耳穴型 耳にフィットして目立たないタイプ(オーダーメイド) 特別価格 ¥98,000より(片耳)

補聴器はあなたの必要性に応じて、様々なタイプからお選びいただけます。

耳の奥の奥まで入る小型タイプ
バートB新登場!

現在ご使用中の方

- 最近補聴器の聞こえが悪い
- ピーピー音と不快な音がする
- 周りの音がガーガーうるさい
- 言葉がはっきりしない
- 聴力が下がったのではと不安だ

ご相談だけでもお気軽にどうぞ

補聴器は適切なフィッティング調整によりその効果が発揮されます。

※補聴器は非医療器具のため、消費税はかかりません。

きこえのチェック

- まずは下記の項目をチェックしてください
- 最近「えっ」と聞き返す事がある
 - 耳に手を当てて話を聞くことがある
 - 大勢の中で会話がわからない
 - テレビの音が大きすぎると指摘された
 - 病院で呼ばれても気が付かない
 - 体温計の音やチャイムの音が聞きにくい

1つでもあてはまる方はご相談ください!

ご家族からのご相談承ります。



厚生労働省外郭団体 テクノエイド協会認定 補聴器技能者在籍店 日本補聴器販売協会 加盟店

市原補聴器センター

相談無料 聴力測定無料 試聴無料

日曜日 営業しています

営業時間/AM10:00~PM5:00

●ご予約・お問い合わせはお気軽に。

☎0436-20-0233

FAX 0436-20-0283 各種カード・ローン承ります

定休 水曜・祝日

当店で購入後、無期限の無料調整・無料メンテナンスを実施しています。

